



Bibiana Falkenberg  
Psychologin, Supervisorin & Coach  
typischfamilie@zweiundmehr.at

# TYPISCH FAMILIE? MISSERFOLGE SIND AUCH ERFOLGE

**DIE** zehnjährige Eva ist am Boden zerstört. So sehr hat sie sich auf das Gymnasium gefreut. Für ihre erste Schularbeit in Mathematik hat sie intensiv gelernt und nun dieses katastrophale Ergebnis. In der Volksschule war sie doch immer so eine gute Schülerin gewesen. Gedanken wie „Die Schule werde ich nie schaffen! Vielleicht bin ich nicht intelligent genug?“ kreisen in ihrem Kopf. Dazu kommt, dass sie zurzeit auch sportlich keine guten Ergebnisse bringt. Sie ist Mitglied in einem Schwimmverein und bisher war sie eine der Besten. Aber nun schafft sie es nicht mehr ihre Leistung zu halten. Ihr Trainer hatte erst kürzlich ein Gespräch mit ihr. Er meinte, dass sie mehr trainieren sollte. Ihre größere Schwester hatte nie solche Probleme, da ist immer alles glatt gelaufen. Eva weiß nicht mehr weiter und fühlt sich wie gelähmt.

Ihre Eltern machen sich große Sorgen, da sie ihr Kind nicht wiedererkennen. Was ist nur passiert? Ja, da gab es einen Ausrutscher bei der

Schularbeit, und sie müsste etwas mehr trainieren, damit sie ihre sportlichen Erfolge halten kann. Aber das ist ja kein Weltuntergang. Wie können sie ihr nur helfen, damit sie aus diesem Tief herauskommt?

## SCHEITERN ODER CHANCE

Die gesellschaftliche Erwartungshaltung ist, dass Erfolg der Normalzustand ist. Etwas nicht erfolgreich bewältigt zu haben, wird meist als Scheitern und nicht als Chance gesehen. Tatsächlich sind aber Misserfolge in der Schule, im Sport, in Beziehungen, in den verschiedensten Lebensbereichen alltäglich und normal. Allerdings werden sie meist als Niederlagen wahrgenommen und kratzen am Selbstwertgefühl.

Wie können nun Eltern Kinder und Jugendliche dabei unterstützen, mit Misserfolgen umgehen zu lernen und diese erfolgreich zu meistern?



Foto: istockphoto.com



Wenn Sie Fragen und/oder Meinungen rund um das Thema Familie haben, schreiben Sie an:

typischfamilie@zweiundmehr.at oder an das Familienmagazin ZWEI UND MEHR  
c/o Kinderbüro Steiermark  
Karmeliterplatz 2  
8010 Graz

## WIE KANN ES TROTZDEM GEHEN?

Den hilfreichen Umgang mit Misserfolgen lernen Kinder vor allem aus dem elterlichen Vorbild. Kinder beobachten, wie Eltern und andere Bezugspersonen mit Misserfolgen umgehen. Ob diese als Normalität gesehen werden oder eher als Ausnahme im Sinne von „So etwas darf nie wieder passieren“. Ob aktiv an Verbesserungen herangegangen wird oder passiv verharrt wird und Schuldige bei sich oder bei anderen gesucht werden.

Es geht darum, Kindern zu vermitteln, dass Misserfolge kein generelles Versagen bedeuten, sondern dass man daraus lernen kann. Wenn Kinder erfahren, dass sie deshalb nicht dumm und unfähig sind und durch eigene Kraft weiterkommen, wenn Kinder unabhängig von Leistungen die Bestätigung erhalten, dass sie wertvolle Menschen sind und wenn über Misserfolge geredet wird und auch die kleinen Fortschritte und Erfolge gesehen werden, dann sind Misserfolge kein Weltuntergang mehr.

Erziehungswissenschaftler und Psychologe Albert Wunsch sieht das Angenommen-Fühlen im Lebensumfeld als entscheidend dafür, wie offensiv und mutig Kinder und Jugendliche auf Herausforderungen reagieren. Jeder noch so kleine Erfolg fördert die Entwicklung von Lebensmut und lässt Durchsetzungsvermögen und Selbstwirksamkeits-Erfahrungen entstehen. Erfahrungen, dass wir das, was wir gerade tun wollen oder planen zu tun, auch wirklich tun können.

Steve des Shazer (Begründer der lösungsfokussierten Kurzzeittherapie) meinte in diesem Zusammenhang, dass beim Radfahren-Lernen das Aufstehen wichtiger sei als das Umfallen. Darum ist es auch wichtig, dass Eltern Herausforderungen zulassen, weil sie Kindern zutrauen, dass sie diese meistern. „Wie kann es trotzdem gehen?“ ist hierbei eine zentrale Frage. Denn wie schon Henry Ford (Automobilhersteller) erkannte, ist „ein Misserfolg lediglich die Möglichkeit, schlauer von neuem zu beginnen“.

*Kinder müssen es lernen, mit Misserfolgen umzugehen. Sie können nicht vor Misserfolgen und Enttäuschungen bewahrt werden.*

## INFORMATIONEN- UND BERATUNGSSTELLEN

Weitere Informationen auf [www.zweiundmehr.steiermark.at](http://www.zweiundmehr.steiermark.at)



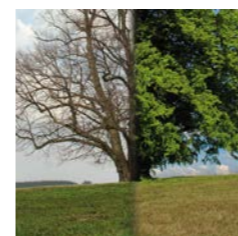
PSZ PSYCHOSOZIALE  
BERATUNGSSTELLEN  
Online-Kinder-  
Jugendberatung  
1090 Wien  
01/3197500  
[www.psyonline.at](http://www.psyonline.at)



MAFALDA  
Frauen-Mädchen-  
Beratung  
Arche Noah 11  
8020 Graz  
0316/337300  
[www.mafalda.at](http://www.mafalda.at)



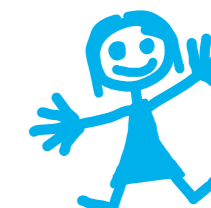
SCHULPSYCHO-  
LOGISCHE  
BERATUNGSSTELLE  
Körblergasse 23  
8011 Graz  
05/0248345  
[www.lsr-stmk.gv.at](http://www.lsr-stmk.gv.at)



TELEFONSELSORGE  
GRAZ – Notruf 142  
Bischofplatz 4  
8010 Graz  
0316/8041860  
[www.telefonseelsorge-graz.at](http://www.telefonseelsorge-graz.at)



HILFSWERK  
STEIERMARK GmbH  
Beratung  
8055 Graz  
0316/813181  
[www.hilfswerk.at/steiermark](http://www.hilfswerk.at/steiermark)



EHLESO  
Familienservice  
Mühlriegel 9  
8020 Graz  
0676/6630593  
[www.ehleso.at](http://www.ehleso.at)